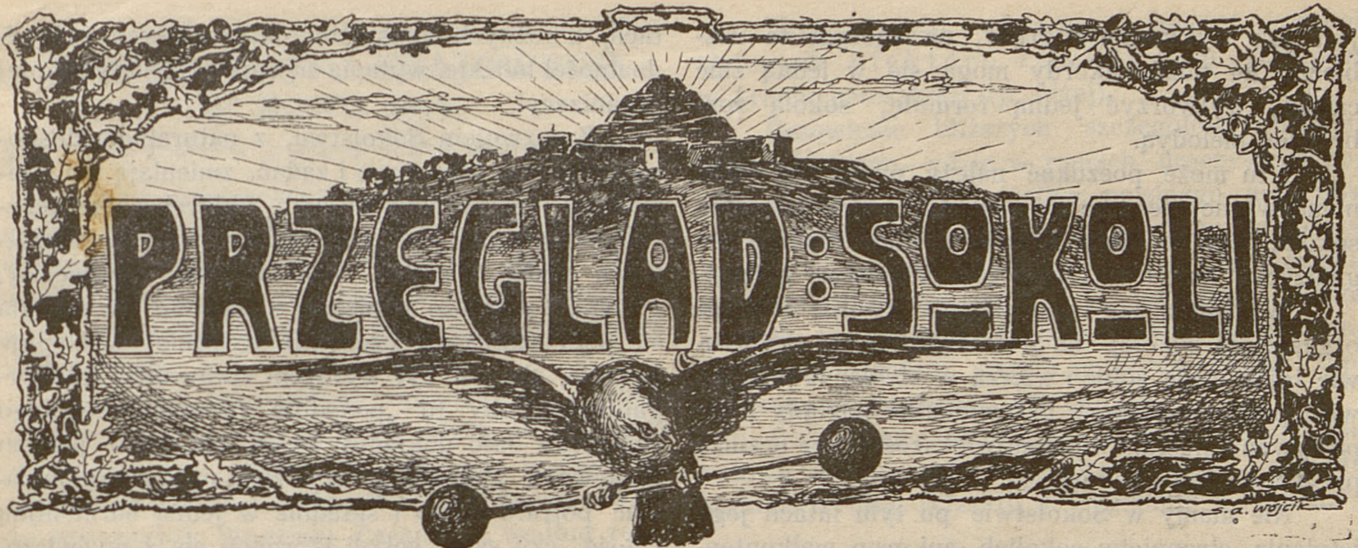
Nr. 2. Kraków 16. stycznia 1909.



ORGAN OKRĘGU I (KRAKOWSKIEGO) POL. TOW. GIMNAST. SOKOLICH
Wychodzi dwa razy w miesiącu około 1-go i 16-go.

Prenumerata roczna 3 kor. Numer pojedynczy 25 hal. — Ogłoszenia: jednoszpaltowy wiersz petitem 20 hal.
Redakcya i Administracya: Kraków, ul. Wolska l. 27 (Gmach Sokoła).

W ROCZNICĘ.

I poszli w bój, w szalony bój ostatni nasi rycerze i nieśli w ofierze Polsce lata swe młode, serca gorące, życia zaranie, krew swą serdeczną. Rzucili się, odruchem duszy swej polskiej porwani, w walkę nierówną; garstka niezbrojna na ćwiczone, zasobne zastępy caratu. Szli zbrojni li w wiarę niezłomną, że prawda i dobro, na ołtarzu których krwią broczyć będą, zwyciężyć musi. Boć niepodobna, by ludy Europy nie odczuły, że tu na polskich ugorach lać się poczęła nie po raz pierwszy, a ostatni może, krew bojowników o wolność i niepodległość ducha, krew krzyżowców wielkich ideałów zachodnio-europejskiej kultury.

Szli zatem na śmierć pewną z wiarą upojną, że na użyźnionych krwią ich serdeczną niwach ojczystych wyrośnie państwo narodowe, strażnica ludom przeciw okowom caratu. Padali tysiącami w walce, pełni ufności, że trupy ich, to wał obronny ojczyzny, to wielkie wołanie na ludy od południa i zachodu słońca, by bronić spieszyły wspólnych dóbr najdroższych. Napróżno jednak!

Nikt wesprzeć ich nie przyszedł, nikt, prócz złudzeń i marzeń własnych nie podtrzymał ich w walce straszliwej. Ulegli! Nie dopięli celu — nie mieli tryumfu. Padli — przekazując niespełnione zadanie swe synom i wnukom, przekazując z jednym wielkim skarbem uratowanym z pogromu, z wiarą w naród.

Dziś wiary tej zasób mamy wielki, dziś wszyscy czujemy, że niepodobna, by 20-to milionowy naród miał być na długie jeszcze lata na własnych swych zagonach niewolnikiem obcych.

Burzy się w nas przeciwko temu wszelkie uczucie, a zaciskające się nerwowo dłonie wstrzymuje tylko rozum głosem: „sił więcej, więcej ramion krzepkich, więcej światła“!

O gotowości chętnej nie trzeba mówić; — wszakżeż my mamy być nie tylko mścicielami ojców, lecz i wskrzesicielami Matki!

ZLOT W ROKU 1910.

Po sokolich sadybach poszła już wieść, zapadła jako drobna iskierka, poruszać będzie czas jakiś brać sokolą, z iskierki zarzewie ogarniać pocznie czem raz większe koła, by jednym potężnym płomieniem wystrzelić wysoko za $1^1/_2$ roku, a płomieniowi temu na imię: „Sokoli Zlot krajowy“ pod wezwaniem Grunwaldu.

W toku przygotowań, od lekko falującej ich fazy przygotowawczej aż do ostatnich momentów, w których już gorączkowa wre robota, mimochodem budzą się myśli i zapytania, powstają refleksye i wątpliwości; czasem serce zabije żywiej, często umysł odrywa się wyżej ponad szarzyznę życia.

Czem jest zlot, czem są sokole sprawy, co wlewa życie w tę pozornie różną a jednak tak jednolitą masę, gdzie zaklęta myśl, co ją ożywia?

Współcześnie grupuje się w umysłach szereg odpowiedzi; różne one, bo sposób myślenia różny, a jednak różnolitość ta nie wywołuje dysharmonii,

jest już wytworzony grunt, na którym te rozbieżne na pozór akordy mogą się w jedną zlać całość, wytworzyć jedną formułę, sokolą rozbrzmieć melodyą.

I tu może poszukać należy owej, dla wielu nieuchwytnej jeszcze odpowiedzi, czem jest idea sokola, jaka to dusza ożywia tę stale rosnącą organizacyę narodową, jaką jest Sokolstwo polskie.

Wytwarza się i krystalizuje zwolna formuła organizacyi sokolej, na podstawie której członkowie tejże ufają sobie i wierzą w siebie, łatwiej im więc podporządkować indywidualne poglądy i zapatrywania postanowieniom większości, bez uczucia przykrości lub upokorzenia.

Nie mamy w Sokolstwie po tylu latach jego istnienia, stronnictw sokolich, ani grup malkontentów; w tem jest duma nasza, bo ten objaw znamionuje siłę organizacyi.

Czas bieży szybko, — ktoby pozostał w miejscu, pozostanie daleko w tyle; Sokolstwo jako organizm żywy musi się z tem liczyć, musi przeżywać i odczuwać każdą nową ewolucyę społeczną, każde drgnienie duszy narodu.

Nie jest też ono dzisiaj tem, czem było w swej pierwotnej formie — pielęgnowanie ćwiczeń fizycznych wyłącznie, jest mu już za mało; „zdrowe ciało“ ma dać narodowi „zdrowego ducha“ i ten zdrowy duch w obec szybkiego ruchu zjawisk życiowych musi nas dziś poważnie zaprzątać.

Wolno było stać na uboczu garstce ludzi, nie wolno masie wielkiej, mającej uzasadnione prawo do współdziałania w życiu narodowem, mającej być poważnym czynnikiem wśród ewolucyi społecznej.

Nie biorąc czynnego udziału w walkach politycznych, nie będące stronnictwem politycznem, musi jednak Sokolstwo polityczną formę życia odczuwać i rozumieć, musi być przygotowane każdej chwili do wypowiedzenia się jako całość w momentach decydujących. Musi mieć zdanie swoje własne, nie jest bowiem organizacyą zaciężną, lecz organizacyą narodową, która w drodze zupełnie naturalnej, bez żadnych wysiłków lub propagandy, stoi pod hasłem *„salus patriae lex suprema“*.

Doskonałą byłaby organizacya narodu, żyjącego w tak niesłychanie trudnych warunkach, któryby we właściwych chwilach, właściwych użyć umiał środków, w którymby stronnictwa umiały nie tylko zwalczać się lecz współdziałać, w którym każde stronnictwo umiałoby w porę cofnąć się i wysunąć inne na potrzebny posterunek.

Do takiej organizacyi narodu dąży bezsprzecznie Sokolstwo, dlatego w najdalej idących myślach radzibyśmy olbrzymią jego większość widzieć pod sokolimi znakami, pod którymi, — na salach gimnastycznych, na boiskach, na wycieczkach i zlotach, z różnych kruszczów stanowiących indywidualności ludzkie, wytapia się spiż wspaniały sokolej organizacyi.

Z rozwojem Sokolstwa, z naturalnem doskonaleniem się jego form i zadań, zmieniają się i doskonalą jego życiowe objawy, których charakterycznym obrazem jest „zlot ogólny“. Jest on początkowo próbą niejako, jest potrosze wycieczką, gościną, potrosze popisem; z biegiem lat zmienia się jego charakter, czem raz wybitniej występuje żądanie, aby on był wyrazem sprawności całej organizacyi, aby to „pospolite ruszenie“ sokolego rycerstwa dało dokładny obraz, czem ono jest po domowych pieleszach, czy zlać się i zharmonizować potrafi łatwo i składnie w jedną harmonijną całość, czy szyk sokoli sformuje się z wyćwiczonych czy z rekrutów, czy to jest naprawdę „pogotowie narodowe“.

Z zadowoleniem i dumą widzieliśmy po każdym zlocie krok naprzód; nie wchodząc w drobne braki i usterki, widziało się, jak myśl poważnie zrozumianej i odczutej potrzeby nadania właściwego charakteru zlotowi, wybijała się na plan pierwszy, a dla znających Sokolstwo nasze i cudze rzucał się w oczy jeszcze jeden miły objaw, że zlot polskiego Sokolstwa dostaje swoją własną wybitną cechę, coś z powagi i rycerskości, coś co w hufcach polskich Sokołów daje widzieć dziedziców wojennego ludu.

Silniej i wyraźniej zaznaczą się te sceny i charakterystyka na Zlocie najbliższym; pięćset lat temu poszły wici z Wawelu i ciągnął hufcami lud rycerski z całej Polski do Krakowa; kto z szarej sokolej braci, która w krótce ciągnąć będzie na „wielki przegląd“, bez tej myśli ujrzy wieżyce Wawelu, kto nie pójdzie myślą dalej, aż do momentu, kiedy z tych samych wieżyc ozwie się „Zygmunt“, nie jękiem jak dotąd, lecz tryumfalnym na całą Polskę dźwiękiem!

I stanie się rzecz nowa, nie bywała na dotychczasowych zlotach, a która prędzej czy później przyjść musiała. Uroczystość sokola zwiąże się i zespoli z uroczystością narodową: splecie się pochód sokoli z pochodem „wszystkich stanów“, a w szeregach pochodu uroczystego nie braknie braci z całej Polski, by razem pomyśleć o dniu chwały, policzyć się na dziś i razem pomyśleć o jutrze.

Podobna, jak przed 500 laty staje groza przed nami, to samo „mściwe i nieprzejednane“ widmo germańskie; spokojne i zadomowione ludy słowiańskie zaczynają patrzeć i rozumieć niebezpieczeństwo; przy wspomnieniu Grunwaldu, na krakowskiem błoniu, da Bóg, spojrzy sobie w oczy i zrozumie się Sokolstwo słowiańskich ludów.

SPRAWY ZLOTU KRAJOWEGO W ROKU 1910.

Grono nauczycielskie Sokoła krakowskiego, ustanowione przez Wydział Związku organem wykonawczym Grona Związkowego dla spraw zlotowych, odbyło dwa posiedzenia celem przygotowania projektów ćwiczeń na posiedzenie Grona związkowego.

Ponieważ szczegółowe opracowanie i odpowiednie dostosowanie ćwiczeń zależy od ogólnego programu zlotu, przeto dla uzyskania poglądu na całokształt ćwiczeń zlotowych uchwalono stosownie do wytycznych Wydziału Związku a według referatu d. Rucińskiego następujący

Projekt rozkładu ćwiczeń zlotowych:

a) W dniach przedzlotowych:

2-go lipca.

Zawody: strzeleckie, szermiercze, kolarskie, pływackie, wioślarskie, — wieczorem: wianki.

3-go lipca.

Zawody w igrzyskach: skoki, biegi, rzuty, walki.
„ na przyrządach: skocznia, wspinalnia, równoważnia.

b) W dniach zlotowych:

4-go lipca.

Przed południem: próby ćwiczeń na oba dni zlotowe,
zawody Okręgów w ćwiczeniach wolnych.
Po południu: ćwiczenia publiczne.

5-go lipca.

Przed południem: obchód grunwaldzki — pochód uroczysty, turniej na Wawelu.
Po południu: ćwiczenia publiczne, występ ludowy, sobótka.

c) W dniach pozlotowych:

6-go lipca.

Przed południem: ćwiczenia młodzieży.
Po południu: zawody w piłce nożnej, palancie, ćwiczenia popisowe.
W dniach następnych: wycieczki.

Zasób ćwiczeń na oba dni zlotowe

również według referatu d. Rucińskiego przedstawia się jak następuje:

1. Ćwiczenia wolne Sokolstwa polskiego.
2. Ćwiczenia maczugami i to albo druhów wybranych ze wszystkich Okręgów, albo też połączonych kilku Okręgów.
3. Ćwiczenia odrębne Okręgów.
4. Ćwiczenia kobiet.
5. Ćwiczenia lancami.
6. Ćwiczenia gości.

Nadto byłyby włączone w poczet ćwiczeń zlotowych niektóre zawody n. p. zastępów w braniu przeszkody (p. niżej).

Omówienie bliższych szczegółów obchodu grunwaldzkiego, gdzie w ramach uroczystego pochodu całego społeczeństwa polskiego mieściłby się i pochód historyczny, przedstawiający fragmenty z naszych dziejów ojczystych i turniej na Wawelu, na dziedzińcu zamkowym, — potykania piesze i konne, jak i bliższe ułożenie samych ćwiczeń zlotowych, ich rodzaj, sposób przeprowadzenia i t. p. odłożono do posiedzeń następnych.

Bliżej nieco omówiono i uchwalono ćwiczenia ludowe według referatu d. Kubalskiego i zawody zlotowe według referatu d. Zygmunta Wyrobka.

Ćwiczenia ludowe.

Wprowadzenie ludu uzupełniać będzie ćwiczenia Zlotu krajowego i to nie tylko jako czynnik barwny, ale także jako łącznik między Sokolstwem a szerokiemi masami społeczeństwa. Zewnętrznym objawem tej spójni będą ćwiczenia o charakterze ludowym. Grupa ludowa przeto przy swej pięknej stronie dekoratywnej nie będzie stanowiła odrębnej całości, w sobie zamkniętej, lecz powstanie łączność między nią a właściwemi ćwiczeniami zlotowemi.

Projekt przyjmuje współudział ludu w drugim dniu ćwiczeń zlotowych i to w dwóch odrębnych grupach: krakowskiej i góralskiej.

I. Grupa krakowska. Na boisko wpada kalwakata z 12 wozów, umajonych kwiatami i zielenią. To wesele krakowskie. Poprzedza ją grupa drużbów na koniach, z różdżką weselną. Na wozach śpiewy, muzyka gra od ucha, gwar, śmiechy, huczno a wesoło, dużo ruchu i życia a wszystko aż gra barwami, aż tętni od życia, a wszystko w stylu — krakowskie. Dziarsko okrąża drużyna weselna boisko — wozy stają. Z wozów zsuwają się parobczaki i dziewczęta — tany, skoczny krakowiak, w par kilkadziesiąt. Z pośród tej grupy wysuwa się (a może wkracza od szatni na boisko prowadzona konno przez Naczelnika i witana przez obecnych) garść parobczaków z kosami. Następują ćwiczenia w kilku obrazach. Kosy warczą w krzepkich dłoniach naszych Bartków, miny junackie, zamaszyste ruchy, ciosy, pchnięcia — w takt krakowiaka. Reszta tworzy malowniczą grupę z obu stron boiska. Po ćwiczeniach schodzą wszyscy: za Naczelnikiem kosyniery — potem wesele, drużbowie, dziewczęta itp. Bezpośrednio po pierwszej wkracza

II. Grupa góralska. Grupa ta mogłaby mieć w części charakter dożynków. Tworzyliby ją Ślązacy i dziewczęta śląskie w swych ładnych strojach ludowych. Poza nimi kroczą nasi górale. Cała kalwakata do 100 osób, pieszo, z muzyką na czele. Kilka wozów z białemi budami dodałoby urozmaicenia.

Następują tańce góralskie, potem grupy rozchodzą się na prawo i lewo — wysuwa się kilkudziesięciu Zakopiańców z ciupagami. I znowu kilka obrazów ćwiczeń, które kończy „zbójnicki". Po bokach ludowe zabawy, mocowania, skoki, rzucanie toporkiem itp. — wszystko w charakterze a rdzennie różne od grupy poprzedniej. W końcu odejście z boiska.

Całość obu popisów powinna iść składnie a szybko i trwać $^1/_2$—$^3/_4$ godziny.

Zawody.

Projekt zawodów — według referatu d. Wyrobka — zawiera jedynie zawody jednostek, wyklucza zaś zawody zastępów, chyba że z charakteru danego zawodu wypływa konieczność kilku ćwiczących. Nadto kładzie nacisk na zawody w igrzyskach czyli t. zw. lekkiej atletyce i na ćwiczenia z tych ważnych działów ćwiczeń fizycznych, które albo odłogiem leżą, albo tylko gdzie nie gdzie je uprawiano. Natomiast nie zawiera projekt ćwiczeń na takich przyrządach jak drążek, poręcze, koń itp. a daje jedynie te przyrządy i te ćwiczenia, których dotychczas na krajowych zawodach nie spostrzegano, a które jak najmniej mają wspólnego ze sztuczną gimnastyką przyrządową.

Nie tu miejsce, w tem krótkiem sprawozdaniu, rozwodzić się nad wielu przyczynami, dla których projekt wyklucza zawody na przyrządach. Trudność w ocenie, chęć uniknięcia dotychczasowego szablonu, to rzeczy może mniejszej wagi. Ważniejsze to, że raz trzeba wziąć rozbrat z sztuczną gimnastyką przyrządową, która w nadmierny sposób kultywowana, bo aż do zawodów prowadząca, mimo swej problematycznej wartości hygienicznej, siłą rzeczy usuwa na dalszy plan te działy ćwiczeń, które stokroć większą mają dla nas wartość. Chcemy zawodów z tych dziedzin ćwiczeń, które w pierwszym rzędzie winny być u nas uprawiane, chcemy zwycięzcy nie w ćwiczeniach na drążku lub poręczach, lecz takiego, którýby wykazał wszechstronne wyćwiczenie, któryby umiał strzelać i pływać, dobry był i w biegu i w rzucie i w skoku.

A jeżeli chodzi o ocenienie ruchu ćwiczebnego w Gniazdach, to do tego najlepiej prowadzą zawody typu nowego — proponowanego przez d. Rucińskiego — mianowicie zawody całych Okręgów w jednych i tych samych ćwiczeniach wolnych, — nie tylko wykonanie ale i procent ćwiczących w stosunku do ogólnej liczby ćwiczących w Okręgu wchodzić bedzie w rachubę — nie zaś zawody zastępów na przyrządach, gdzie zwycięstwo zastępu nie uprawnia jeszcze do stawiania podobnych wniosków.

Projekt dzieli zawody w sposób następujący:

I. Zawody w igrzyskach: skoki, biegi, rzuty i walki.

1. Skoki: *a)* skok w dal z rozbiegu
b) skok w wyż z rozbiegu
c) skok o tyczce w wyż
d) skok dosiężny
e) skok przez poręcz.

Skok dosiężny odbywałby się na parkan do zwieszenia; parkan 3 m. wysokości, gładki, z desek do podwyższania przez zakładanie na szczycie desek 15 cm. szerokości. Skok przez poręcz dowolnym woltyżem, poręcz do podnoszenia.

2. Biegi: *a)* bieg płaski na 100 m.
b) bieg płaski na 1000 m.
c) bieg z przeszkodami na 110 m.
d) bieg rozstawny na 1000 m. z metami co 200 m.

Biorący udział w biegu rozstawnym muszą należeć do jednego Gniazda, najwyżej do jednego Okręgu.

3. Rzuty: *a)* rzut oszczepem w dal
b) rzut oszczepem do celu przez pierścienie
c) rzut dyskiem 2 klg.
d) rzut toporkiem do celu
e) rzut kamieniem 10 klg. w dal.

Dodanie szeregu pierścieni przy rzucie oszczepem do celu wpływa na siłę rzutu, wymaga bowiem rzutu poziomego — nie łukiem, jak dotąd rzucano. Zarzucony rzut toporkiem na odległość kilkudziesięciu metrów, dotąd gdzie nie gdzie przez górali uprawiany — rzut piękny, dobrego oka, sprawności i siły wymagający, może należy wskrzesić a przez włączenie go do zawodów zjednać temu ćwiczeniu więcej zwolenników.

4. Walki: *a)* zapasy na tułów i ramiona, gdyż niestety, jak dotąd, tylko ten rodzaj zapasów u nas się uprawia.

II. Zawody na przyrządach.

1. wspinanie po linie pionowej 7 m. długiej
2. ćwiczenia równoważne na belku poziomym w wysokości 1·5 m. nad ziemią
3. zawody w szybkiem braniu przeszkody, zastępami po 6—8 ludzi.

Parkan z desek 4—4·50 m. wysoki, gładki, bez żadnych otworów, ma przebyć cały zastęp w możliwie najkrótszym czasie.

III. Zawody z bronią.

1. Strzelanie: *a)* z karabinu Manlichera do celu stałego i ruchomego na odległość 200 kroków
b) z pistoletu do celu stałego i ruchomego na odległość 25 kroków.
2. Szermierka: *a)* na szable
b) na florety
c) na bagnety.

Ćwiczenia z bronią uprawia dotąd u nas tylko kilka Towarzystw. Dział to ćwiczeń zupełnie u nas zaniedbany, gdy przecież każdy ćwiczący winien umieć władać bronią, fechtować się i strzelać. Ogłoszone zawody może wywołają większy ruch na tem polu, może zjednają mu więcej zwolenników, boć to jeden z najważniejszych dla nas działów ćwiczeń fizycznych.

IV. Zawody pływackie.

1. Pływanie na 100 m.
2. Pływanie na 1000 m.
3. Zawody w skokach w głąb i nurkowaniu.

V. Zawody wioślarskie.

1. Jednostek na łodziach krajowych, pod wodę na przestrzeni 1000 m.
2. Jednostek i zastępów na łodziach rasowych.

VI. Zawody kolarskie.

Bieg na przestrzeni 1000 m.

VII. Zawody w grach.

1. Palant. 2. Piłka nożna.

Do zawodów będą dopuszczeni wszyscy bez wyjątku, tak członkowie naszych Towarzystw jak i zaproszeni goście. Nie będzie żadnych działów wyłącznie dla nas przeznaczonych, mierzmy swe siły na każdem polu i z silniejszymi od siebie.

Zawody te odbędą się, jak z ogólnego programu widać, w dniach przedzlotowych, jedynie zawody w grach, jako wymagające więcej czasu — w dniach po właściwym zlocie. W program ćwiczeń publicznych zlotowych wejdą tylko zawody zastępów w braniu przeszkody (parkanu), jako rzecz nowa a przytem nadzwyczaj zajmująca. Po ćwiczeniach nastąpi na boisku uroczyste wręczenie nagród zwycięzcom w obliczu całego Sokolstwa.

Pozostaje sprawa ogólnego zwycięstwa. Ogólnym zwycięzcą może być tylko ten, który wykaże wszechstronne wyćwiczenie fizyczne, który odznaczy się w różnych działach ćwiczeń, dających jednak razem obraz takiego wyćwiczenia, jakiego wymagać winniśmy od gimnastyka-Sokoła. Kto przeto będzie się ubiegał o zdobycie miana ogólnego zwyciezcy, winien przepłynąć przestrzeń 200 m. i osiągnąć eznaczoną liczbę punktów w strzelaniu z karabinu. Gdy tym warunkon odpowie, może dopiero stanąć do dalszych zawodów i tu winien odznaczyć się w jakimkolwiek skoku, biegu i rzucie.

W końcu sprawa oceny. Przy tak odrębnych a różnych działach ćwiczeń trudno znaleść — jeżeli to wogóle możliwe — jednostkę porównawczą, którąby pozwoliła sprawiedliwie ocenić punktami wyczyny zawodników. Trudno ułożyć wspólną tabelę dla skoku w wyż i w dal, dla rzutu i dla biegu. Wprawdzie dotąd trzymano się tego sposobu oceny, nie jest to jednak dowodem jego wartości. Z drugiej strony trudno żądać, by zwycięzca był pierwszym we wszystkich tych działach. Takiego nie znajdziemy. Projekt zawodów zawiera przeto inną formę oceny: Zwycięzca winien się znaleść w najlepszej $^{1}/_{5}$ części ogólnej liczby zawodników, stających do tego samego ćwiczenia. N. p. jeżeli stanęło do biegu 50 zawodników, winien się znaleść między 10 najlepszymi, jeżeli do skoku 10 zawodników, musi być pierwszym lub drugim.

By zaś mimo to uniknąć możliwych słabych wyników, dodaje się zastrzeżenie, że przecież wyczyny zwycięzcy w poszczególnych działach nie mogą być poniżej oznaczonego z góry minimum. Gdyby kilku zawodników odpowiedziało tym warunkom i w skoku i w biegu i w rzucie, dopiero wtedy orzekają sędziowie, komu przyznać palmę pierwszeństwa, komu drugie a komu trzecie miejsce, ze względu na wartość wyczynów — trzy bowiem nagrody ustanawia projekt, nagrody w postaci wieńców. *Z. W.*

SPRAWY OKRĘGU I.

Sprawozdanie z kursu gimnastycznego urządzonego w I-szym Okręgu sokolim w Krakowie w dniach 28. do 31. grudnia 1908 r.

W kursie uczestniczyło 22 druhów z 16 Gniazd mianowicie:

1. Andrychów . . .	1. Kłapa Ferdynand
2. Bochnia	2. Królikowski Stefan
	3. Ogarek Karol
3. Bogumin-dworzec	4. Kłosak Jan
4. Cieszyn	5. Zaręba Józef
5. Dobczyce . .	6. Walas Władysław
6. Jaworzno . . .	7. Durakta Wacław
	8. Kobyłczyk Antoni
	9. Matyda Eranciszek
7. Lutynia niem. . .	10. Greger Wilhelm
	11. Ziembiński Józef
8. Maków	12. Janicki Tomasz
9. Mszana dolna . .	13. Krok Maryan
10. Myślenice . . .	14. Tomaszek Leon
11. Podgórze . . .	15. Buła Józef
	16. Grzybczyk Augustyn
	17. Jacek Mieczysław
12. Siersza	18. Synowiec Stanisław
13. Skrzeczoń . . .	19. Kübel Ferdynand
14. Trzebinia . . .	20. Rzeszotek Andrzej
15. Wieliczka . . .	21. Bogucki Kazimierz
16. Żywiec	22. Bagierek Ferdynand

Według zawodów było 11 nauczycieli, 3 akademików, 4 rękodzielników, 4 urzędników — według czynności w Sokole 4 naczelników, 5 zastępców naczelników; reszta członkowie lub kandydaci gron nauczycielskich.

Prowadzącym kurs był Szczęsny Ruciński.

Nauka odbywała się w sześciu godzinach dziennie, ogółem w 24 godzinach, na podstawie programu, wydanego przez „Związek" — odpowiednio przystosowanego do wyćwiczenia praktycznego i teoretycznego uczestników kursu.

Z powodu krótkości czasu nie przerobiono całego materyału ćwiczebnego, natomiast dokładniej przerobiono ćwiczenia na tych przyrządach, które przeważna część Gniazd posiada i tak:

a) z ćwiczeń na przyrządach:

Koń w szerz — wszystkie gromady ćwiczeń

Koń wzdłuż — woltyże rozkroczne, odwrotne, kuczne

Poręcze — wszystkie gromady

Drążek — wszystkie gromady

Ławka — ćwiczenia tułowia i równowagi.

Do innych przyrządów wskazano illustrowane podręczniki.

b) z ćwiczeń wolnych:

Musztra — zastępu i plutonu według nowego regulaminu.

Ćwiczenia wolne — postawy, ruchy członków ciała w kierunkach głównych.

c) z metodyki:

Sposób przeprowadzenia lekcyi według nowego toku.

d) ćwiczenia w strzelaniu:

Z powodu uchwały Wydziału okręgowego, wprowadzającej strzelanie jako obowiązkowe ćwiczenie sokole, objęto programem kursu naukę strzelania celem wyrobienia odpowiednich sił do prowadzenia tego działu ćwiczeń. W lekcyi tej wzieli udział wszyscy uczestnicy kursu a nadto druh Dębicki wiceprezes Okręgu i prezes Sokoła z Bochni.

Przerobiono jako ćwiczenia wspólne postawę strzelecką, ćwiczenia przygotowawcze do robienia bronią, poczem ćwiczenia w strzelaniu do tarczy na strzelnicy „Sokoła" krakowskiego. Udzielono wskazówek co do urządzania strzelnic, typu broni, tarcz i t. p.

W ten sposób stworzono pierwsze podwaliny do wprowadzenia nowych ćwiczeń sokolich.

e) Pogadanka na temat celów zadań sokolich, przeprowadzona przez wiceprezesa Dra Rowińskiego uzupełniła program kursu.

Wynik kursu uważać należy za dodatni, gdyż kurs ten przynajmniej w części zapobiega dotkliwemu brakowi sił nauczycielskich w Gniazdach naszego Okręgu, zwłaszcza, że kursy związkowe, zaniechane od dłuższego czasu nie dostarczają zupełnie nauczycieli sokolich.

W Krakowie 1. stycznia 1909.

Do powyższego sprawozdania, przeznaczonego dla Wydziału Okręgu i Związku, dodaje d. sprawozdawca dla użytku *Przeglądu* szereg swych uwag i wniosków, które dla całości sprawy razem poniżej zamieszczamy.

Nadmienia się również, że życzenia co do zaprowadzenia 2-tygodniowych kursów okręgowych wypowiadano z naszego Okręgu już dwukrotnie przedtem, a to raz na Zjeździe delegatów okręg. w roku 1906 w Jordanowie (na wniosek Sokoła Chrzanowskiego) i ponownie w roku 1907, na ogólnym Zjeździe delegatów (rezolucya d. Szaynowskiego).

Mamy nadzieję, że niniejsza opinia tak wytrawnego i doświadczonego znawcy, jakim jest autor uwag, skłonią nasze Władze Związkowe do jak najrychlejszego wprowadzenia w życie tej koniecznej instytucyi 2-tygodniowych kursów okręgowych — dodając jeszcze od siebie tę uwagę dalszą, że z kursu takiego powinnoby się frekwentantom wydawać świadectwa, a to w tym celu, aby ci, którzy nie przejdą później na kurs związkowy, a więc wyższy — mieli przynajmniej urzędową kwalifikacyę z takiego kursu niższego. Dziś z górą setka naczelników w Gniazdach małych nie ma żadnych egzaminów ni kursów; jeżeli nie mogą więc posiąść wyższych — dajmy im choćby te niższe, ale tak, aby miały znaczenie i co do treści i co do autorytetu na zewnątrz, choćby dla zachęty i dla odróżnienia ich znowu od tych, którzy nawet takiego małego kursu nie posiadają. *Redakcya.*

Jakkolwiek kursy okręgowe są w obecnych warunkach konieczne jako jedyne źródło, dostarczające nauczycieli do Gniazd, to jednak nie zupełnie odpowiadają one swemu zadaniu.

Celem ich było właściwie przygotowanie do kursów związkowych, z konieczności jednak zastępują one kursy związkowe i w ogóle wykształcenie nauczycieli, naturalnie w sposób niedostateczny. Programowi ich nic zarzucić nie można, o ile weźmiemy pod uwagę ich cel pierwotny t. j. przygotowanie do kursu związkowego, ponieważ obejmuje ćwiczenia różnorodne przygotowawcze na wielu przyrządach, dając wstępne wiadomości do dalszej nauki obszerniejszej. O ile jednak chodzi o dostarczenie sił nauczycielskich dla Gniazd, które chociaż jakiej takiej siły nauczycielskiej potrzebują, względnie danie podstawy do dalszego samokształcenia — to program tych kursów jest zupełnie nieodpowiedni. Zawiera bowiem początki ćwiczeń na wielu przyrządach i to przeważnie takich, jakich małe Gniazda nie posiadają, nie obejmuje całości ćwiczeń wolnych i musztry, daje przeto uczestnikowi kursu zasób ćwiczeń jedynie na bardzo krótki okres czasu, nie umożliwiając mu nawet zrozumienia podręczników, których swoją drogą nie wiele (zwłaszcza ilustrowanych) posiadamy.

Kursy związkowe, trwające sześć tygodni, nigdy nie dostarczą nauczycieli dla wszystkich Gniazd, gdyż małe Gniazda poprostu nie mają kandydatów, którymby zawodowe zajęcia pozwoliły na tak długi urlop. Należy zatem uprzystępnić im nabycie potrzebnych wiadomości w krótszym przeciągu czasu, przez wprowadzenie w życie dwutygodniowych kursów okręgowych, uchwalonych przez „Związek" na wniosek piszącego niniejsze uwagi. Zadaniem tych kursów byłoby jużto dokładniejsze przygotowanie do kursów związkowych — już też umożliwienie przy dalszej pracy składania egzaminu sokolego — już też wreszcie przygotowanie do samokształcenia się na nauczycieli, może nie zupełnie dostateczne, w każdym razie lepsze, niż dają dotych-

czasowe kursy okręgowe. W dwóch tygodniach można z kandydatami, nieco praktycznie przysposobionymi. przerobić cały zasób ćwiczeń sokolich.

Oprócz dotychczasowych krótkotrwałych kursów przygotowawczych do kursów związkowych należy wprowadzić osobne kursy, poświęcone ćwiczeniom specyalnym, uzupełniającym zakres wiadomości kwalifikowanych nauczycieli n. p. osobny kurs musztry, kurs lekkiej atletyki, ćwiczeń strzeleckich, sportów zimowych, palanta i piłki nożnej, przyrządów szwedzkich i t. p.

Tych kilka uwag, zdążających do wytworzenia zastępów nauczycieli sokolich i dalszego ciągłego kształcenia kwalifikowanych nauczycieli, nasunęła mi praktyka z kilku przeprowadzonych w naszym Okręgu kursów gimnastycznych, a głównie ostatni kurs, z którego sprawozdanie powyżej umieszczam.

Szczęsny Ruciński.

Sprawozdania z czynności Okręgów były na ostatniem posiedzeniu Wydziału Związku d. 6. grudnia z. r. przedmiotem obrad, na podstawie referatu druha Dra Czarnika.

W myśl powziętej na temże posiedzeniu uchwały Wydział Związku wyraził Wydziałowi Okręgu I uznanie za te czynności i osiągnięte wyniki pod każdym względem dobre, podobnie jak Okręgom V i VII.

OKÓLNIK.

L. 7. Kraków, 15. stycznia 1909.

Wskutek polecenia Wydziału Związku, wzywa się Wydziały Towarzystw poniżej wymienionych, po raz trzeci, aby zaległe wkładki do Związku wyrównały natychmiast, a najpóźniej do d. 8. lutego br., ponieważ odnośne księgi i rachunki za r. 1908 mają być zamknięte, a nadto ponieważ już takież wkładki za r. 1909 stają się płynne. Wydział Związku, mając obecnie z końcem roku wiele rachunków do zapłacenia — odczuwa wprost brak funduszów, a to li tylko z powodu niepunktualności Towarzystw w płaceniu swych wkładek.

1.	Bielsko	za r. 1908	K.	45·—
2.	Bieńczyce	„ „ 1908	„	2·30
3.	Dobczyce	„ „ 1906/8	„	169·—
4.	Dziedzice	„ „ 1907/8	„	120·—
5.	Kęty	„ „ 1908	„	16·—
6.	Kraków	„ „ 1908	„	916·10
7.	Mogiła	„ „ 1905/8	„	5·—
8.	Niepołomice	„ „ 1908	„	29·—
9.	Orłowa	„ „ „	„	30·—
10.	Sucha	„ „ „	„	120·—
11.	Wiedeń	„ „ „	„	57·—
12.	Zator	„ „ „	„	17·—
13.	Żywiec	„ „ „	„	403·—

Co do Bieńczyc i Mogiły nadmienia się, że wkładki powyższe zostały dla nich zniżone, jako dla Gniazd wiejskich, zapłacenie więc tak drobnych kwot powinno bezzwłocznie nastąpić.

Towarzystwa w Dobczycach i Żywcu wzywa się, aby do d. 8. lutego br. doniosły Okręgowi, czy wkładkę wykazaną uiściły, względnie czy i jakie środki celem uregulowania tej zaległości przedsiębrały.

Z Wydziału Okręgu I.

Z TOWARZYSTW.

KRAKÓW. Żywa Szopka. „Sokół“ krakowski stara się tradycyjnie narodowe i ludowe uroczystości w ich najczystszej formie przywracać do życia i znaczenia. Obchód „Wianków“ stał się też niejako monopolem naszym. W roku 1907 przywrócono wieczór „św. Andrzeja“ a w roku 1908 „Sobótki“. W styczniu b. r. wznowiono „Żywą Szopkę“ według notatek Glogera a w inscenizowaniu Włodzimierza Tetmajera. Pierwsze przedstawienie miało tak olbrzymi napływ gości, iż około 100 osób wrócić musiało od kasy bez biletów, mimo, że miejsc do siedzenia było 250 a drugie tyle zarezerwowano dla stojących. Przedstawienie będzie powtórzone jeszcze 3 razy. Jeszcze 3 razy będzie Herod twardy oddawał głowę pod kosę Śmierci — a p. Twardowski zjeżdżał na kogucie, ustępując miotły za rumaka Czarownicy; 3 razy będą jeszcze wiedli spór Ułan, Piechur i Saper o wyższość jednej broni nad drugą i 3 razy nadobne góralki, krakowianki i zwinni pasterze odśpiewają kolędy i zatańczą dziarsko.

Figury poruszać się będą na wzór lalek szopkowych o ruchach prostych, kanciastych, naśladując do złudzenia figurki z teatru lalek, tak jak je w szopce przesuwa znawca Antek do spółki z Józkiem i Wojtkiem.

(Porządki na sali i w garderobie pozostawiały nieco do życzenia; to też Komisya obchodowa dobrze czyni, biorąc do nich na drugi raz Straż ogniową. *Przyp. Red.).*

— **Dla uczestników kursu okręg.** w dniu 30. z. m. urządziło miejscowe Grono naucz. skromną wieczornicę celem wspólnego poznania się. W zebraniu wzięli też udział Prezes Okręgu, obydwaj wiceprezesi, sekretarz, kilku członków krakowskiego Wydziału, oraz bawiący chwilowo w Krakowie d. naczelnik Dubelski z Tarnowa. Miła pogadanka, śpiewy, kolędy — wśród nich od czasu do czasu szczere wypowiedzenie się z gorącą myślą, ideałem — były tłem wieczorku — na kilka godzin tylko, bo następnego dnia praca jeszcze 6-cio godzinna kursistów czekała.

— **Celem uczczenia 46-tej rocznicy Powstania styczniowego** — odbędzie się dnia 23. stycznia b. r. t. j. w sobotę uroczysta wieczornica sokola, zamiast dotychczasowych publicznych wieczorków muzykalno-wokalnych.

W ostatnich latach wieczorki te coraz mniejszą frekwencyą publiczności cieszyły się — lecz najmniej chyba z winy Sokoła, któremu w dniu tym nie szło o co innego, jak tylko wyłącznie o przypomnienie chwili walk naszych, o nastrój na przyszłość. Czyżby nie chciano tych wspomnień lub idzie tylko o zmianę form?

Na wieczornicę wstęp bezpłatny — dla wszystkich członków, ich rodzin i wprowadzonych gości, których jak najliczniej Sokół zaprasza.

— **Oddział turystyczny.** Na ostatniem posiedzeniu Wydział Sokoła krakowskiego upoważnił d. Kubalskiego do zorganizowania kółka, względnie oddziału turystycznego w Krakowie, którego zadaniem będzie krzewić turystykę i ująć w swe ręce możliwie cały ruch wycieczkowy, płynący z miast zwłaszcza w porze letniej. Wydział podzielił zdanie wnioskodawcy, że pod egidą Sokoła wychodzić powinny całe grupy

wycieczkowe do Tatr, Pienin, na Babią Górę, na Śląsk, a nawet te najbliższe do Tenczynka, Lipowca i wszystkich pięknych zakątków, w jakie obfituje najbliższa okolica i cała ziemia krakowska.

Kancelarya Sokoła przyjmuje już obecnie zgłoszenia do kółka turystycznego, które po zebraniu pewnej liczby członków przystąpi do zorganizowania się i przygotowania całej kampanii na rok nadchodzący. A więc zgłaszajcie się Druhowie i Panie!

— **Szermierka.** Z dniem 1. stycznia 1909 r. rozpoczął się nowy kurs szermierki na pałasze i florety pod kierunkiem zawodowego nauczyciela. Nauka odbywa się w poniedziałki, środy i soboty, od godz. 8—9 wieczorem. Zapisywać się można w kancelaryi „Sokoła“, gdzie również dowiedzieć się można o bliższych warunkach i szczegółach dotyczących nauki.

OD REDAKCYI.

Towarzystwa Okręgu I, posiadające na składzie własne wydawnictwa (albumy, monografie, kartki pocztowe, utwory literackie i t. p.) zechcą podać je wraz z cenami sprzedaży, Redakcyi „Przeglądu Sokolego“ celem umieszczenia w inseratach (bezpłatnie). W ten sposób rozpowszechni się je bardziej i ułatwi pokup.

„GIMNASTYKA W OBRAZACH“.

PODRĘCZNIK POPULARNY DO GIMNASTYKI

Wydawnictwo „Sokoła“ krakowskiego pod redakcyą Grona nauczycielskiego. Wychodzi w Krakowie w 2 tabl. miesięcznie.

Dotychczas wyszło z druku:

SERYA I.:

WSPINALNIA:	Drabina pionowa . . .	1	tablica
„	Żerdzie	2	„
SKOKI WOLNE:	Skoki wolne	1	„
SKOKI MIESZANE:	Koń wszerz	4	„
ZWIESZENIA, PODPORY:	Kółka	3	„
BIEGI, KRĄŻENIA:	Krążnik	1	„

SERYA II.:

SKOKI MIESZANE:	Koń wszerz . . .	5	tablic (c. d.)
SKOKI WOLNE:	Pomost	1	„
„	Wywijadło długie	1	„
ZWIESZENIA, PODPORY:	Kółka	2	„ (c. d.)

Przedpłata za seryę z 12 tablic wynosi z przesyłką pocztową: w Austryi 4 kor., w Rosyi 2 rs. 20 kop., w Niemczech 4 mk. 40 fen. Pojedyncza tablica 40 hal.

Adres Redakcyi i Administracyi: **Grono n uczycielskie „Sokoła“ w Krakowie, ul. Wolska 27, Telefon 237.**

„Gimnastyka w obrazach“ wychodzi w tablicach w ten sposób, że pierwsze tablice dla każdego działu ćwiczeń obejmują ćwiczenia łatwiejsze, niejako abecadło gimnastyczne, które stopniowo będą uzupełniane coraz trudniejszemi ćwiczeniami aż do najtrudniejszych, używanych w racyonalnej gimnastyce kombinacyi.

Przerabiać można ćwiczenia i bez pomocy nauczyciela! **Ćwiczenia gimnastyczne zrozumiałe dla każdego!**

ZAKŁAD WYROBU OBUWIA

G. WERNER

w Krakowie, ul. Szewska 17

poleca:

Buty sokolskie, do polowania i wojskowe. Obuwia salonowe, tennisowe i spacerowe z najlepszego materyału i według najświeższych fasonów zagranicznych.

Na składzie prawidła, pasty, kalosze itd.

Zakład posiada najwyższe nagrody za swój wyrób.

Najwyższe odznaczenie światowe!

Najprzedniejszą

Herbatę Cejlon

„Rangalla Cejlon Tea“

pod własną marką ochronną „PALMA“, importowaną wprost z Cejlonu, a urzędownie chemicznie badaną, po cenie:

Nr. 1	Nr. 2
opakow. czerwono-złote	opakow. fiołkowo-złote
kor. 1·40 za 125 gr.	kor. 1·20 za 125 gr.
» 0·75 » 62½ »	» 0·65 » 62½ »

przy odbiorze 1 kg. naraz, franko opakowanie i porto do każdej miejscowości Austro-Węgier

poleca

A. Hawełka w Krakowie

c. i k. Dostawca Dworu Austr.-Węgierskiego i król. Grecyi.

Dla P. T. Kupców i Kółek rolniczych odpowiedni rabat.

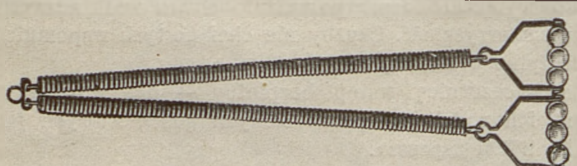
MEBLE

od najskromniejszych do najwykwintniejszych po cenach niskich

poleca

KAJETAN DUDZIAK

KRAKÓW, FLORYAŃSKA L. 36, I. P.



Wszelkie aparaty i przyrządy gimnastyczne.

Ciążki sprężynowe.

Kalosze rosyjskie i amerykańskie.

NARTY (Ski), SANKI (Rodle) sportowe.
MYDŁA toaletowe za 1 kg. Kor. 2·—.
MYDŁA kwiatowe karton 6 sztuk Kor. 1·10.
MYDŁA przetłuszczone **Malinowskiego**

polecają najtaniej

REIM i SKA, Kraków, Rynek 37.

Nowe cenniki „Sport zimowy“ i Roboty piłeczkowe na żądanie gratis i franko.

Nakładem Wydziału Okręgu I. pol. Tow. gimn. sokolich. — *Odpowiedzialny redaktor i wydawca: St. Szaynowski.*

Czcionkami drukarni „Czasu“ w Krakowie, pod zarządem A. Świerzyńskiego.